

UOT:794.

PSIXOLOGİYA VƏ ŞAHMAT

*Həsənov Etibar Firuddin oğlu, Ağayev İlham Mansır oğlu, Əliyev Tural Xəlil oğlu
Gəncə Dövlət Universiteti*

Xülasə: Şahmatçının psixoloji hazırlığı ilk növbədə özünü analiz etmək qabiliyyətindən başlayır. Yəni, hər bir şahmatçı mənfi xüsusiyyətlərini bilməli və onların aradan qaldırılması üçün çalışmalıdır.

Bir çox şahmatçılar, hətta dünya çempionları belə oyun əzrində kobud səhvlərə yol vermişlər. Buna səbəb, hazırlıq səviyyəsindən daha çox “Şahmat səhvlərin psixologiyasını” göstərmək olar. Səhvlərin çoxu bu şəkildə baş verir: oyunçu kombinasiya fikirlərində lövhədə olan vəziyyətdən xəyalən ayrılaraq qurmaq istədiyi vəziyyəti gözünün qabağına gətirməyə çalışır, amma ilkin tərpənməz vəziyyət hesabını tam dəqiqliyinə əngəl törədərək səhvin buraxılmasına səbəb olur.

Açar sözlər: şahmat, psixologiya, psixoloji hazırlıq, emosiya, məğlubiyyətə edilən reaksiya, yaradıcılıq qabiliyyəti

Ключевые слова: шахматы, психология, психологическая подготовка, эмоции, реакция на поражение, творчество

Key words: chess, psychology, psychological preparation, emotions, reaction to defeat, creativity

Şahmatçının psixoloji hazırlığı. Şahmatçının psixoloji hazırlığı ilk növbədə özünü analiz etmək qabiliyyətindən başlayır. Yəni, hər bir şahmatçı mənfi xüsusiyyətlərini bilməli və onların aradan qaldırılması üçün çalışmalıdır.

Bu problemlərin həllində valideynlərin rolu daha böyükdür, çünki göstərilən mənəvi dəstək şahmatçını psixoloji cəhətdən gücləndirir.

Oyunqabağı psixoloji hazırlıq:

1. Rəqibinizdən hər cəhətcə geri qalmadığınızı və hətta üstün olduğunuzu bilməlisiniz. Məs: yaşca böyüklük, daha erkən şahmatla məşğul olmağınız, müəlliminizin daha güclü olması, gün ərzində rəqibə nisbətən hazırlığı daha çox vaxt ayırmanız, uğurların və medalların daha çox olması və s. Bütün bunlar, sizi rəqibdən psixoloji cəhətdən daha güclü edir və oyunqabağı qorxunu aradan qaldırır.

2. Özünü səbrli aparmaq və rəqibin qıcıq yaradan zarafatlarına məhəl qoymamaq.

3. Özünüzü qürurlu göstərməyə çalışın və bir şeyi unutmayın ki, rəqib sizdən qorxur və bunu biruzə vermir.

4. Əgər rəqib qorxursa demək ki, uduzacaq və sizdən həm psixoloji, həm də hazırlıq cəhətdən daha zəifdir.

5. Qarşılaşmanın hansı nəticə ilə bitməsindən asılı olmayaraq, bunu hədəfə gedən yolda bir pillə hesab edin.

6. Hazırlıq səviyyəsi (məs: kompüterdə üstün reytingli oyunçunu məğlub etmək, özündən yaşca böyük rəqibə qalib gəlmək və s.) yaxşı olan şahmatçı özündə inam hiss edir və bu da onun psixoloji durumunu gücləndirərək turnirdə uğurlu iştirakına səbəb olur.

Psixologiya və şahmat. “Şahmat” – psixologiyanın bir hissəsidir desək yanlışdır. Çünki, oynanılmış oyuna baxmaqla insanın necə dərin düşündüyünü, onun qorxaq olub – olmadığını, “emosiyaların” hansı istiqamətdə inkişaf etdiyini və s. bölmək olar. Bir çox şahmatçılar rəqiblərin psixoloji cəhətdən zəif olan məqamlarını öyrənərək onlara qarşı məharətlə istifadə edirlər. Şahmatçı nəinki oyun hazırlığı cəhətdən, hətta psixoloji cəhətdən də

tam hazır olmalıdır. Ciddi psixoloji hazırlıq şahmatçının nəticəsini minimum “20%” qaldıra bilər. A.Alyoxin bütün bu məqamlara diqqət yetirilməsinə önəm vermişdir.

Bir çox şahmatçılar, hətta dünya çempionları belə oyun əzrinə kobud səhvlərə yol vermişlər. Buna səbəb, hazırlıq səviyyəsindən daha çox “Şahmat səhvlərin psixologiyasını” göstərmək olar. Səhvlərin çoxu bu şəkildə baş verir: oyunçu kombinasiya fikirlərində lövhədə olan vəziyyətdən xəyalən ayrılaraq qurmaq istədiyi vəziyyəti gözünün qabağına gətirməyə çalışır, amma ilkin tərpənməz vəziyyət hesabını tam dəqiqliyinə əngəl törədərək səhvin buraxılmasına səbəb olur. Bu kimi misalları, o cümlədən, oyunqabağı psixoloji hazırlığın necə aparılması haqqında məsləhətləri, kitabın xərəqlərini səhifələdikcə öyrənəcəksiz.

Şahmatçı psixogramması. İlk dəfə şahmatçının psixoloji “analizini” praktikaya tətbiq edən E.Lasker olmuşdur. Lasker nəinki rəqibin oyun “stilini” hətta onun xarakterini də öyrənirdi. M.Botvinnik isə bu prinsipi daha da inkişaf etdirmiş və rəqiblə olan ən xırda nöqsanlara və davranışlara belə nəzər yetirmiş. Məsələn: bir dəfə Botvinnik M.Eyvlnin oyununu izləyəndə görür ki, Eyvl vəzirlə “uzun” gedishlər edir. Bu şəkildə edilən gedishlər sanki Eyvlnin xoşuna gəlirmiş. Botvinnik bu davranışın, Eyvlnin hüquqdür boya malik olması ilə bir əlaqənin olduğunu düşünür. Məhz bu möhtəşəm “psixoloji” yanaşma, Botvinnikə Eyvl üzərində bir çox üstünlüklər qazandırdı. Əgər “d1”dəki vəzir, “e2” və “h5” xanalarına gedish edə bilirdisə, Eyvl bu xanaların içərisində ən uzaq məsafədə olanını seçirdi. Ümumiyyətlə, Şahmatçının fiziki və psixoloji durumu, müsbət və mənfi cəhətləri, intellektual və fantaziya səviyyəsi “şahmatçı psixogrammasında” öz əksini tapır.

Fiziki göstərici: Əgər şahmatçının fiziki cəhətcə zəifliyi varsa, onda o, oyunda olan üstünlüyün sonadək saxlanılmasında və ümumiyyətlə turnirin, uğurlu bir şəkildə yekunlaşdırılmasında çoxlu çətinliklərlə rastlaşır.

Möhkəm iradə: Oyun zamanı yaranmış gərginliklərin aradan qaldırılmasında, şahmatçının “misilsiz dostu”.

Təmkin: “Kritik” oyun vəziyyətində, şahmatçının öz fikir və emosiyalarının idarə olunmasında əvəzolunmaz bir yoldaş.

Diqqətin bir dəfə cəmlənməsi: Əgər şahmatçı bütün fikrini, düşüncəsini və diqqətini yalnız lövhəyə yönəldirsə, bu nəticə etibarlı ilə uğurun qazanılmasına bir “stimulduur”

Oriyentasiya: Oyunda vəziyyətin doğru və düzgün qiymətləndirməsində, o cümlədən, fiqurlar arasındakı qarmoniyanın müəyyən edilməsində əvəzolunmaz istiqamətlənmə.

Yüksək intellektual düşüncə: Məqsədyönlü şəkildə hazırlanmış “taktika gedishat”, mükəmməl və səliqəli “oyun planı” şahmatçının səviyyəcə hansı intellektual düşüncəyə malik olduğunu göstərir.

Məğlubiyyətə edilən reaksiya. Məğlubiyyət iki cür kiçik və böyük məğlubiyyət. Oyunu uduzmaq kiçik, yarışda yer tuta bilməmək isə böyük məğlubiyyət kimi qəbul ediləsi olsa, sonucda hər ikisi şahmatçının məyus olmasına səbəb olur.

“Mən həmişə qalib gəlməliyəm!” deyən kəs, çox zaman ziddi uğurlara nail ola bilmir, çünki, özlüyündə elə fikirləşir ki, bir oyunu usuzsa hamı onun haqqında danışacaq. Lap dəqiq desək, belə insanlarda uduzmaq qorxusu yaranır ki, buda, onların öz potensiallarından lazımınca yararlanmasının qarşısını alır. Peşəkar şahmatçılar arasında belə insanlara rast gəlinməsi buna bir misaldır.

Tarixdə yalnız bir şahmatçı istisnaqlı təşkil edir. Bu da “11”ci dünya çempionu Bobbi Fişerdir. O, keçirilməli olan qarşılaşmadan imtina etmiş və 1975 ci ilin 3 aprelində FİDE tərəfindən titulu əlindən alınaraq Karpova vermişdir. Fişerin qarşılaşmaya gəlməməsi görüş qaydaları ilə əlaqələndirilsə də, bu daha çox “Məğlubiyyət qorxusu” nun olmasına dəlalət edirdi. Şahmatçı hər iki rəqibinə qalib gəlməyi bacarmalıdır.

Ədəbiyyat

1. Ə.Qasimov – Şahmat oyunu. Bakı, 1948
2. V.Qrişin., Y.İlyin. – Şahmat Əlifbası. Bakı, 1988
3. A.Malçev. İspanskaya partiya
4. A.Zeynallı., P.Əliyev. Şahmat aləminə səyahət. Bakı, 1986
5. Uçitelyu o şaxmatax. Moskva. 1986
6. Rəsul İbrahimov. Ümumtəhsil məktəbləri üçün dərslik. Çarşioğlu. Bakı, 2013

ПСИХОЛОГИЯ И ШАХМАТЫ*Гасанов Этибар Фуруддин оглы**Резюме*

Психологическая подготовка шахматиста начинается прежде всего с умения анализировать себя. То есть каждый шахматист должен знать свои отрицательные качества и работать над их устранением.

Многие шахматисты, даже чемпионы мира, допускали грубые ошибки в памяти об игре. Причина тому - "психология шахматных ошибок", а не уровень подготовки. Большая часть ошибок возникает таким образом: игрок пытается представить ситуацию, которую хочет построить, мысленно отделяя в своих комбинационных мыслях от ситуации на доске, но исходная фиксированная ситуация не позволяет расчету быть полностью точным, вызывая ошибку, быть произведенным.

PSYCHOLOGY AND CHESS*Gasanov Etibar Furuddin**Summary*

The psychological preparation of a chess player begins first of all with the ability to analyze oneself. That is, every chess player must know his negative qualities and work to eliminate them.

Many chess players, even world champions, have made serious mistakes in their memory of the game. The reason for this is the "psychology of chess mistakes", and not the level of preparation. Most errors occur in this way: the player tries to imagine the situation he wants to construct, mentally separating in his combinational thoughts from the situation on the board, but the original fixed situation does not allow the calculation to be completely accurate, causing an error to be produced.

*Rəyçi: Cabbarov Urfan**Daxil olma tarixi 22 may 2024-cü il*